

MENUPLAN 2 - Uge 3, 7, 11



Frokost

	Mandag Smør selv	Tirsdag Varm ret	Onsdag Kold ret	Torsdag Smør selv	Fredag Varm ret
Grøn	Kogt kartoffel med mayo (Æ) og karse Rødbedehummus (M) (N*) Æg (Æ) Creme af bønner, bagt selleri og mandler (N) Grønt: Cherry tomat Gulerod	Bagt selleri i karrysauce (M) serveret med ris Persilledrys Dampet broccoli Appelsin	Æggekage med kartofler (M) (Æ) Purløg til drys Ristede champignon Rugbrød m. smør (M) Gulerodsråkost med Æble	Nøddepostej (N) med syltet rødbede Kikærtfrikadelle med remoulade (M), (Æ) Frugtpålæg Banan Grønt: Banan Rød peberfrugt	Grønkålsasagne med fyld af røde linser og sæsonens grønt (M) Gulerod Agurk Grovbrød
Kød/fisk	Kogt kartoffel med mayo (Æ) og karse Rødbedehummus (M) (N*) Æg (Æ) Marinerede sild m. dild Grønt: Cherry tomat Gulerod	Bagt fisk i karrysauce (M) serveret med ris Persilledrys Dampet broccoli Appelsin	Æggekage med kartofler (M) (Æ) Purløg til drys Ristede champignon Rugbrød m. smør (M) Gulerodsråkost med Æble	Leverpostej (M) med syltet rødbede Fiskefrikadelle med remoulade (M), (Æ) Frugtpålæg Banan Grønt: Banan Rød peberfrugt	Grønkålsasagne med fyld af røde linser og sæsonens grønt (M) Gulerod Agurk Grovbrød
Halal	Kogt kartoffel med mayo (Æ) og karse Rødbedehummus (M) (N*) Æg (Æ) Marinerede sild m. dild Grønt: Cherry tomat Gulerod	Bagt fisk i karrysauce (M) serveret med ris Persilledrys Dampet broccoli Appelsin	Æggekage med kartofler (M) (Æ) Purløg til drys Ristede champignon Rugbrød m. smør (M) Gulerodsråkost med Æble	Kalvepostej med syltet rødbede Fiskefrikadelle med remoulade (M), (Æ) Frugtpålæg Banan Grønt: Banan Rød peberfrugt	Grønkålsasagne med fyld af røde linser og sæsonens grønt (M) Gulerod Agurk Grovbrød

Eftermiddagsmad

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
	Bondebrød (N*) med smøreost (M) Æble Mælk (M)	Grovbrød med hvid bønnepuré tilsmagt med rosmarin Agurk Mælk (M)	Kold øllebrød (M) med kokos-skyr creme (M) Pære Mælk (M)	Surdejsbolle (M) med ost (M) Cherry tomat Mælk (M)	Rugbrød med kikærtenutella Banan Mælk (M)

ALLERGENER PÅ MENUEN



ÆG (Æ)



MÆLK (M)



NØDDER (N)



SESAMFRØ (N*)